



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی قزوین
دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی

عنوان پایان نامه

بررسی سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و پیشگویی کننده‌های آن در ماماهاى شاغل شهر قزوین

استاد راهنما:

دکتر نسیم بهرامی

استاد مشاور:

دکتر زینب علی مرادی

نگارنده:

نرگس شیرازی حاجی میری‌ها

پاییز ۱۳۹۷

چکیده:

زمینه و هدف: مامایی از جمله مشاغلی است که در معرض استرس کاری فراوان و ساعات کاری فشرده و همراه شدن با تنش های مختلف قرار داد که می تواند بر سبک زندگی افراد تأثیر بگذارد. هدف از این مطالعه بررسی سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت و پیشگویی کننده های آن در ماماها ی شاغل شهر قزوین در سال ۱۳۹۶ بود.

روش کار: این مطالعه یک پژوهش مقطعی است که بر روی ۲۰۰ نفر از ماماها ی شاغل در شهر قزوین به روش سرشماری انجام شد. ابزار گرد آوری داده ها پرسشنامه مشخصات دموگرافیک و نسخه های فارسی پرسشنامه های استاندارد سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت (HPLP II) و پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده (PSS) بود. تحلیل یافته ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ در نظر گرفتن سطح معنی داری ۰/۰۵ انجام شد. به منظور تعیین پیشگویی کننده های سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت از مدل رگرسیون خطی استفاده شد. تحلیل رگرسیون تک متغیره برای کلیه متغیرها آزمون شد و متغیرهایی که $p < 0.2$ داشتند، وارد مدل رگرسیون چند متغیره شدند.

یافته ها: میانگین امتیاز سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت در ماماها در مجموع (۲/۵۳) کمی بالاتر از نقطه برش تعیین شده برای این متغیر بود. بیشترین امتیاز در حیطه های رشد معنوی و تغذیه و کمترین امتیاز در حیطه فعالیت فیزیکی کسب شده بود. نتایج رگرسیون چند متغیره نشان داد که از بین متغیرهای وارد شده در مدل رگرسیونی، اشتغال در بیمارستان تامین اجتماعی در مقایسه با سایر مراکز کاری با کاهش در امتیاز سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت ($-0.19; 95\% \text{ CI: } -$) $\beta = -0.02$ to 0.44) همراه بود. انجام ورزش به صورت حرفه ای و حمایت اجتماعی درک شده متغیرهایی بودند که در مدل چند متغیره به صورت معنی داری با افزایش امتیاز سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت به ترتیب ($\beta = 0.2; 95\% \text{ CI: } 0.01 \text{ to } 0.03 / 0.09 \text{ to } 0.66$) $\beta = 0.47; 95\% \text{ CI: } 0.01 \text{ to } 0.03 / 0.09 \text{ to } 0.66$) همراه بودند. به طور کلی سه متغیر محل اشتغال، انجام ورزش به صورت حرفه ای و حمایت اجتماعی درک شده ۲۷ درصد از واریانس مفهوم سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت در ماماها را تبیین کرد.

نتیجه گیری: با توجه به پایین بودن امتیاز فعالیت فیزیکی ماماها، باید مداخلاتی جهت ارتقای فعالیت فیزیکی در سبک زندگی ماماها طراحی شود. از آن جا که اشتغال در بیمارستان تأمین اجتماعی در مقایسه با سایر مراکز کاری با کاهش در

امتیاز کلی سبک زندگی ارتقادهنده سلامت همراه بود، بررسی علل و طراحی مداخلات مقتضی توسط مسئولین این مرکز پیشنهاد می‌شود. انجام ورزش به صورت حرفه‌ای و حمایت اجتماعی درک شده متغیرهایی بودند که به صورت معنی داری با افزایش امتیاز سبک زندگی ارتقادهنده سلامت همراه بودند و میتوان با تقویت این موارد، سبک زندگی ماماها را ارتقا داد.

کلیدواژه ها: ماما؛ سبک زندگی؛ سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت؛ حمایت اجتماعی درک شده



Qazvin University of Medical Sciences

School of Nursing & Midwifery

Thesis submitted to achieve the Degree of M.Sc.

In

Critical Care midwifery

Title:

The Survey of Health-Promoting Life-style and its Predictors among Midwives of Qazvin, 2017

Under supervision of:

Dr Nasim Bahrami

Advisers:

Dr Zainab Alimoradi

By:

Narges Shirazi Haji Miriha

2018

Abstract:

Predictors of the health promoting lifestyle in a sample of Iranian midwives

Purpose: this study aimed to assess the health promoting lifestyle and its predictors in midwives working in Qazvin city in 2017.

Methods: This cross-sectional study was conducted on 200 midwives working in Qazvin city using the census method. The data collection tool was a demographic questionnaire and the Farsi version of the Health Promoting Lifestyle Profile Questionnaire and Perceived Social Support Questionnaire. The multivariate linear regression model was used to assess the predictors of health promoting lifestyle. The significance level was set at $P < 0.05$.

Results: The mean of the promoting health life style were 2.53. The highest score was achieved in the domains of spiritual growth and nutrition, and the lowest score was in the field of physical activity. The multivariate regression analysis showed workplace, doing exercise and social support ($P = 0.29$, 95% CI: 0.09 to 0.66 $\beta = 0.47$, 95% CI, 0.01 to 0.03) explained 27% of the variance in health promoting lifestyle.

Conclusion: Given the low score of physical activity, interventions should be designed to promote physical activity among midwives. Since employment in the social welfare hospital was associated with a decrease in the overall score of the health promoting lifestyle, appropriate interventions by authorities are recommended.

Keywords: Midwife; Lifestyle; Health promoting lifestyle; Perceived social support